

# 家族を想う あたたかい 料理教室

参加無料  
定員 20 名

日時

平成30年

12月15日 土

午前10時～午後1時  
受付9時30分～

場所

五所川原市中央公民館  
調理室（3階）  
五所川原市字一ツ谷 504 番地 1

対象

どなたでも！

講師

五所川原市食生活改善推進員

申込方法

電話、FAXまたはメールで、ご連絡先とお名前  
を12月7日（金）までにお知らせください。

※託児希望の方は11月30日（金）までにお知らせ  
ください。（先着5名まで）

小さいながらも栄養豊富なシジミ貝

家族にいつまでも元気でいてほしい…

そんな想いで、あたたかいシジミ料理を一緒に作ってみませんか？

みんなで料理  
がんばるぞ！

託児  
無料



お問い合わせ・お申込み

五所川原市企画課男女共同参画室

住所：五所川原市字布屋町 41 番地 1

電話：0173-35-2111（内線 2238）

FAX：0173-35-3617

五所川原市ホームページ

<http://www.city.goshogawara.lg.jp/>

電子メール

[danjo@city.goshogawara.lg.jp](mailto:danjo@city.goshogawara.lg.jp)

主催

五所川原市財政部企画課 男女共同参画室

五所川原市企画課 男女共同参画室 森山行き

電話：0173-35-2111 内線 2238

F A X : 0173-35-3617

# 申込書

平成30年12月15日（土）の平成30年度男女共同参画講座  
家族を想うあたたかい料理教室に参加を申し込みます。

◎必要事項をご記入ください。（■は必須項目です。）

■参加代表者 氏名	( 歳)	■ご連絡先 TEL	
参加者氏名	( 歳)	続柄 代表者からみた	
※複数名でご参加 いただく場合は必 ずご記入ください	( 歳)		
	( 歳)		
託児申込 1歳半～ 就学前まで	お子さんのお名前	ふりがな	年 齢
			才 ヶ月
		ふりがな	年 齢
			才 ヶ月

▷参加者の方は当日、エプロンと三角巾を持ってきてください。

▷託児:先着5名。要予約。飲み物、着替えをご用意ください。

▷当日使用する食材

シジミ貝・茹でたこ・卵・キャベツ・万能ねぎ・にんにく・長いも・玉ねぎ・小麦粉  
かいわれ大根・昆布・けずりかつお・レモン・紅しょうが・調味料（オリーブ油・  
マヨネーズ・中濃ソース等）

▷いただいた個人情報は本事業以外には使用いたしません。

<<お問い合わせ・お申込み>>

五所川原市企画課男女共同参画室

〒037-8686 五所川原市字布屋町 41-1

電話：0173-35-2111 内線 2238 FAX：0173-35-3617